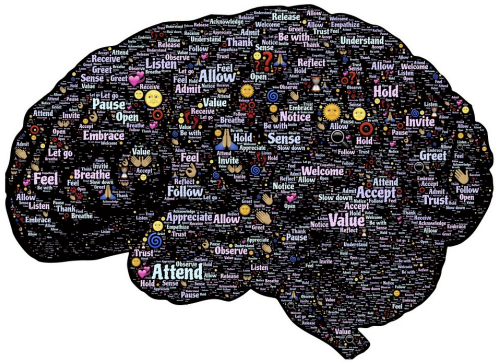

Búsqueda del autoconocimiento emocional

Sku: 3836EC

Horas: 10

OBJETIVOS

- Profundizar en el concepto de autoconocimiento.
- Aprender a buscar el autoconociento emocional.
- Analizar la ecología emocional en los diferentes ámbitos de la vida.

CONTENIDOS

1. Introducción al autoconocimiento 2. La búsqueda del autoconocimiento emocional 3. La ecología emocional en los diferentes ámbitos de la vida